



	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/10/2025 kedd	(00535) Felsős Komló	E	Tojásleves felsős	312.20	74.69	2.80	4.62	0.75	5.39	0.00	0.35	 	0.00
			Vadas tokány (s.c.) felsős	1 064.16	254.58	20.56	15.32	5.26	8.11	3.74	1.16	     	0.00
			Teljes kiőrl.tészta Felsős	1 329.10	317.97	13.60	6.40	0.93	48.00	3.44	0.79	 	0.00
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		0.00
			Összesen:	2 850.87	682.03	37.36	26.74	6.94	68.50	7.18	2.31		0.00
6/11/2025 szerda	(00535) Felsős Komló	E	Csontleves tésztabetéttel F.	330.86	79.15	3.26	1.56	0.06	12.82	0.78	0.55	       	0.00
			Par.húsg.árpagyöngy +f.burg. F.	2 136.07	511.02	17.85	19.97	5.75	62.48	20.00	1.67	       	0.00
			Teljes kiőrl.kenyér 0,50kg Rie	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		0.00
			Összesen:	3 022.87	723.17	26.01	22.73	6.11	99.40	20.93	2.67		0.00
6/12/2025 csütörtök	(00535) Felsős Komló	E	Sült csirkecomb felsős	623.54	149.17	20.90	6.79	1.51	0.83	0.18	0.43	   	0.00
			Mexikói rizs felsős	1 574.08	376.57	8.09	7.80	0.90	67.80	0.48	0.76	       	0.00
			Vitamin saláta felsős	204.72	48.98	1.17	0.14	0.02	10.55	5.99	0.24		0.00
			Almalé HD.1/1 100%	480.70	115.00	1.00	1.00	0.23	27.50	25.00	0.03		0.00
			Összesen:	2 883.04	689.72	31.16	15.73	2.66	106.68	31.65	1.46		0.00





ISKOLA ÉTTEREM

6/13/2025 péntek (00535) Felső Komló	E	F.borsógulyás (sc.) felsős	1 143.04	273.46	19.26	8.55	2.02	29.45	0.18	1.24		0.00
		Túrógombóc felsős	2 397.83	573.64	19.53	6.09	0.46	107.02	16.56	0.46		0.00
		Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		0.00
		Összesen:	3 717.95	889.46	39.11	14.88	2.48	146.07	16.74	1.70		0.00

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM